



## «Helfen macht glücklich»

### 39

#### SCHÖN NACH PLAN

Rituale in Ehren, aber zu viel Routine bei der Schönheitspflege können zur Falle werden. Wir sagen von A bis Z, wo man einen Beauty-Check-up machen sollte.

### 38

#### SUPPENZEIT

Nach den üppigen Festtagen gilt der Januar als Suppenzeit. Unser Autor beklagt dabei den Zerfall der Suppenkultur – und hat die eine oder andere Rettungsmaßnahme im Köcher.

**FORTUNA** Bruno S. Frey (69) hat viel Glück und forscht dennoch unentwegt nach ihm. Weshalb er wenig fernsieht und wie das S in seinen Namen kam, verrät er hier.

INTERVIEW ANNETTE WIRTHLIN  
annette.wirthlin@luzernerzeitung.ch

**Bruno Frey, haben Sie über die Festtage viel ferngesehen?**

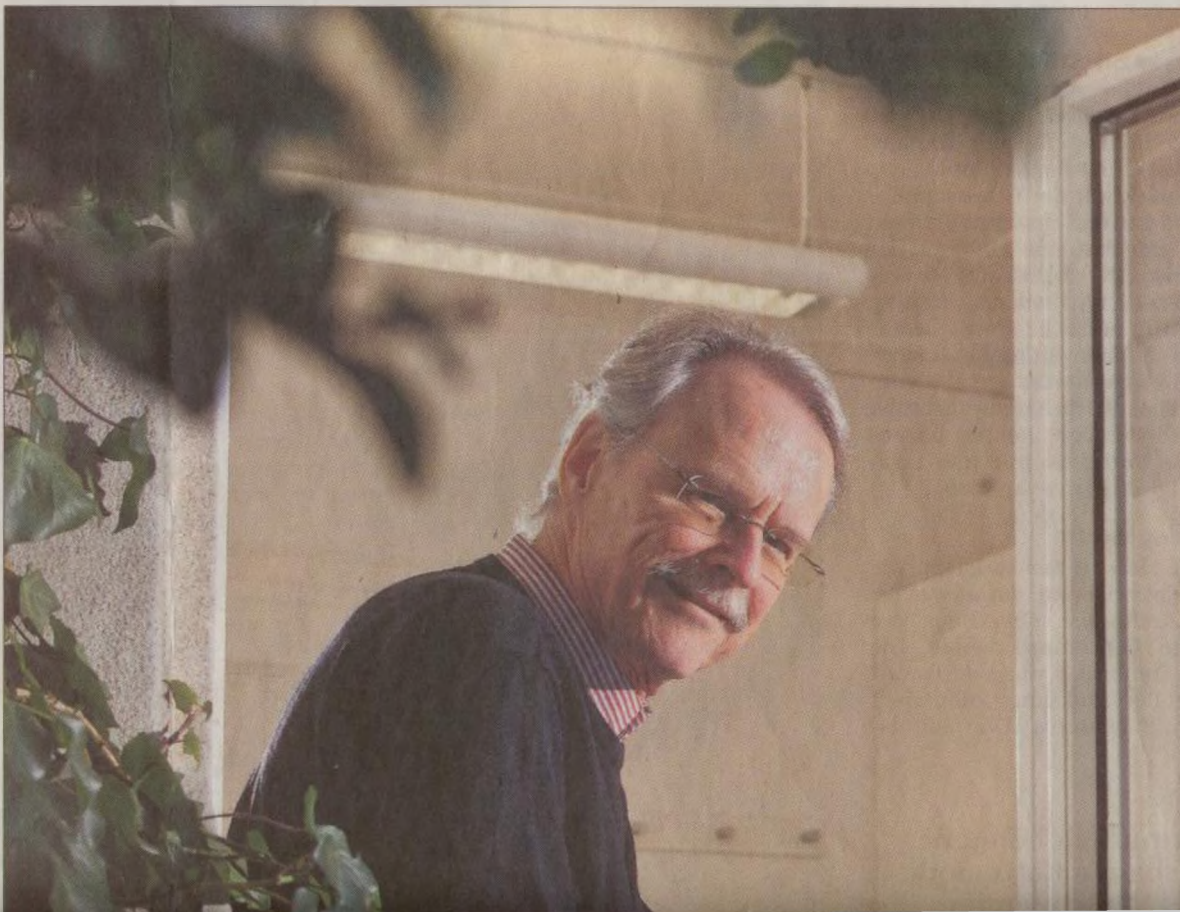
**Bruno Frey:** Nein, kaum. Ich weiss, dass Fernsehen nicht glücklich macht. Ich habe mir nur den einen oder anderen Film angeschaut.

**In Ihrem neusten Buch steht, dass übermässiger TV-Konsum unglücklich macht. Ist es nicht eher so, dass unglückliche Menschen mehr fernsehen?**

**Frey:** Das ist ganz sicher so. Unglückliche Menschen haben weniger persönliche Kontakte, deshalb schauen sie mehr fern, und das kann zu einer Abwärtsspirale führen.

**Was macht Sie persönlich glücklich?**

**Frey:** Das sind die Kontakte mit Bekannten, Freunden und sogar Ver-



...eine oder andere  
Umzugsmassnahme im  
her.

.0

ANNE



Luzerner Fotograf  
enz Fischer hat zusam-  
n mit seiner Partnerin  
th Burri über längere  
die Savannengebiete  
ambia bereist. In ein-  
cklichen Bildern und  
ten erzählen sie von  
spannenden Tier- und  
nzenwelt im südlichen  
ka.

### Was macht Sie persönlich glücklich?

**Frey:** Das sind die Kontakte mit Bekannten, Freunden und sogar Verwandten. (schmunzelt) Das habe ich aus meiner Glücksforschung gelernt. Früher schob ich diese Dinge immer weit weg, weil man als Wissenschaftler ja wenig Zeit hat. Heute gehe ich ganz oft mit Freunden mittag- oder abendessen.

### Ferien haben Sie keine gehabt?

**Frey:** Mit interessanten Leuten zusammen sein und diskutieren ist für mich wie Ferien. Ich treffe auch Leute, die in ganz anderen Gebieten tätig sind – wir reden also nicht immer über Wissenschaft.

### Wie definieren Sie überhaupt Glück?

**Frey:** Wir versuchen nicht, es zu definieren, sondern wir befragen die Menschen, wie glücklich sie sich selbst empfinden. Die Antworten auf diese Frage sind durchaus vernünftig, wie

**«Wenn man dem  
Glück nachrennt,  
entschwindet es.»**

insbesondere vertiefte Studien von Sozialpsychologen bestätigt haben.

### Und wie erforschen Sie es, das Glück?

**Frey:** Wir verwenden diese Umfragen und bringen sie in Verbindung mit





Auf einer Glücksskala gibt er sich eine 10 für  
«sehr glücklich». Ökonomeprofessor Bruno S. Frey an  
seinem Bürofenster in Zürich.

Bild Remo Nägele

Und wie erforschen Sie es, das Glück?

**Frey:** Wir verwenden diese Umfragen und bringen sie in Verbindung mit objektiv beobachtbaren soziodemografischen Faktoren wie etwa dem Alter, oder dem Zivilstand, sowie mit gesellschaftlichen Faktoren, beispielsweise der wirtschaftlichen Prosperität oder den politischen Bedingungen.

Was halten Sie von dem Sprichwort: «Das Glück ist das einzige Gut, das sich vermehrt, wenn man es teilt»?

**Frey:** Das ist eine sehr schöne Aussage. Und sie ist wahr. Wir haben herausgefunden, dass man selber glücklicher wird, wenn man anderen Menschen etwas schenkt. Was aus Sicht des Ökonomen überraschend ist, da man ja etwas verliert und der andere mehr bekommt. Ins gleiche Kapitel gehört auch die Tatsache, dass Freiwilligenarbeit zufriedener macht, wenn also ein Teil der eigenen Aktivität jemand anderem zugutekommt.

Hat man es als Glücksforscher um den Jahreswechsel herum besonders streng? Wollen jetzt alle wissen, wie sie im neuen Jahr glücklicher werden?

**Frey:** Ja, ich werde das oft gefragt, unter anderem von der Presse. Aber man muss vorsichtig sein: Wenn man zu hohe Erwartungen hat, ist man weniger

## Auch an der Uni Luzern

**ZUR PERSON** Der Wirtschaftswissenschaftler und Glücksforscher Bruno S. Frey (1941) wuchs in Basel auf, wo er nach dem Studium der Nationalökonomie bereits mit 28 Jahren seine erste Professur inne hatte. Seit 1977 lehrt er an der Universität Zürich. Ausserdem verliehen ihm vier europäische Universitäten die Ehrendoktorwürde, und er sitzt im Universitätsrat der Uni Luzern, dem obersten Führungsgremium. Sein

zufrieden, wenn sich das Glück dann nicht einstellt. In einem Experiment hat man Menschen gefragt, was sie vom Silvesterabend erwarten. Die, die gesagt hatten, es gibt eine super Sache, wurden eher enttäuscht, während die, die es einfach auf sich zukommen liessen, viel glücklicher dabei waren.

**Haben wir im Allgemeinen zu hohe Ansprüche an unser persönliches Glück?**

hauptsächliches Forschungsgebiet ist die Anwendung der Ökonomie auf nichtwirtschaftliche Bereiche wie Politik, Ökologie, Familie, Geschichte, Kunst und eben das Glück. Frey lebt mit seiner Frau im Zürcher Niederdorf.

Sein neuestes Buch, «Glück – Die Sicht der Ökonomie» (Rüegger Verlag, 22 Franken) schrieb Frey gemeinsam mit seiner Nichte Claudia Frey Marti.

WIA

**Frey:** Ich glaube, das ist schon so. Wenn man dem Glück nachrennt, entwindet es. Glücklich kann man nur sein, wenn man auch einmal Unglück erfahren hat. Dann ist es umso schöner, wenn man wieder glücklich ist.

**Inwiefern stimmt der Spruch «Jeder ist seines Glückes Schmied»?**

**Frey:** Der ist übertrieben. Es hängt schon einiges von einem selber ab, aber

die objektiven Bedingungen, in denen wir leben, sind auch sehr wichtig.

**Nehmen wir mal Sie als Beispiel. Wie glücklich müssten Sie laut den Ergebnissen Ihrer Studien theoretisch sein?**

**Frey:** Meine Chancen stehen ziemlich gut. Ich lebe in der Schweiz, wo wir ein – das muss man hier mal sagen – wirklich gutes politisches System haben. Ich habe dank direkter Demokratie die Möglichkeit, politische Entscheide mitzubestimmen. Menschen, die politisch entscheiden können, sind entschieden glücklicher. Ausserdem lebe ich in einem Land, das wirtschaftlich gut gestellt ist, und habe eine beinahe ideale Arbeit.

**... die auch gut bezahlt ist ...**

**Frey:** Ja, ein gutes Einkommen wie das meine macht glücklich. Es ist nicht so, wie man manchmal denkt, dass arme Leute zufriedener sind. Es sind die mit einem guten Einkommen, die auch mehr Möglichkeiten – finanzielle Möglichkeiten – haben.

Fortsetzung auf Seite 38

«sehr glücklich». Ökonomieprofessor Bruno S. Frey an seinem Bürofenster in Zürich.

Bild Remo Nägeli

## «Helfen macht glücklich»

### Also macht Geld doch glücklich?

**Frey:** Man muss das richtig verstehen. Ein hohes Einkommen macht schon zufrieden. Aber nur mit Geld um sich zu schmeissen, macht garantiert nicht das Glück aus. Für Leute, die wenig verdienen, erhöht eine Einkommenssteigerung die Lebenszufriedenheit deutlich. Bei gut Verdienenden ist dies überhaupt nicht mehr der Fall.

### Haben Sie sich auch schon einen Lottogewinn gewünscht?

**Frey:** Das wünscht sich wahrscheinlich jeder. Ich weiss aber, dass es nur kurzfristig glücklich macht. Das Glücksgefühl lässt relativ schnell nach, denn man gewöhnt sich daran, mehr Geld zu haben. Also wenn ich im Lotto gewinnen würde, würde ich es niemandem sagen. Sonst hätte ich wohl urplötzlich einen Haufen neue Freunde, die nur mein Geld wollen.

### Sie haben keine Kinder, aber Sie sind verheiratet: Wie sieht es da mit der Glückswahrscheinlichkeit aus?

**Frey:** Verheiratete Menschen sind im Grossen und Ganzen glücklicher. Einen festen Partner zu haben, gibt Sicherheit und stellt eine wichtige Ergänzung zum Berufsleben dar. Das höhere Glück der Verheirateten liegt aber auch daran, dass diejenigen, die in der Beziehung unglücklich sind, tendenziell auseinandergehen und in der Statistik nicht mehr als Verheiratete erscheinen. Kinder machen übrigens im Durchschnitt

nicht glücklicher. Das ist erst der Fall, wenn sie das Elternhaus verlassen. Dann kann man stolz auf sie sein und hat weniger Konflikte mit ihnen.

### Sie sind bald 70 Jahre alt. Welche Glücksprognose geben Sie sich da – rein statistisch gesehen?

**Frey:** Junge Menschen sind in der Regel glücklich, weil ihnen mindestens vermeintlich die ganze Welt offen steht. Um die 30, 40 merkt man, dass es doch recht schwierig ist, Erfolg zu haben, und man ist weniger glücklich. Dann wieder um die 60, 70 hat man meist ein gutes Verhältnis zum Leben gefunden, und das macht die meisten Leute wieder glücklicher – sofern sie mit einer guten Gesundheit gesegnet sind.

### Dann müssten Sie also mit Ihren Lebensbedingungen insgesamt ein überaus glücklicher Mensch sein?

**Frey:** Ja, und das bin ich auch. Auf einer Skala von 1 (ganz unglücklich) bis 10 (sehr glücklich) gebe ich mir eine 10.

### Wow! Spüren Sie einen gewissen Druck, als Glücksforscher glücklich sein zu müssen? Etwa so, wie man von einem Zahnarzt schöne Zähne erwartet?

**Frey:** Nein. Aber die meisten scheuen sich, mich danach zu fragen, und sind dann ganz erstaunt, wenn ich sage, dass ich sehr glücklich bin.

### Vielleicht weil es untypisch ist für einen Schweizer?

**Frey:** Ja. Wir sagen immer, wir Schweizer seien nicht so glücklich. Aber wir sind gemäss verschiedenen Studien das zweitglücklichste Land der Welt. Noch ein bisschen glücklicher sind nur die Dänen. Schauen Sie mal, wie fröhlich ältere Menschen bei uns auf einem

Pensioniertenausflug wirken! Auch die Jungen sind doch eigentlich sehr zufrieden, lachen viel und haben Spass.

### Im Königreich Bhutan gilt die Maximierung des so genannten Bruttosozialglücks als Staatsziel. Wäre das auch etwas für die Schweiz?

**Frey:** Bhutan ist ein völlig anderes Land mit ganz anderen gesellschaftlichen Bedingungen. Es ist wunderschön, aber eher autoritär. Es gibt einen König, der den Leuten praktisch vorschreibt, was sie zu tun haben. Die Schweiz ist politisch und wirtschaftlich viel weiter entwickelt, da können wir von Bhutan nicht viel lernen. Ein inte-



«Wenn ich im Lotto gewinnen würde, würde ich es niemandem sagen.»

ressanter Gedanke ist es zwar alleweil, dass man sich nicht nur auf die Maximierung des Bruttosozialproduktes konzentriert, sondern die wirtschaftlichen, sozialen und gesellschaftlichen Bedingungen vermehrt anschaut.

### Müssten Sie nicht eher Philosoph sein oder Psychologe, um das Glück der Menschen zu erforschen?

**Frey:** Sie haben Recht. Über Jahrtausende befassten sich Philosophen mit der Glücksfrage. Schon Aristoteles sagte viele gescheite Sachen darüber. Erst viel später wurde die Frage auch von Psychologen aufgenommen, und neuerdings sind es die Ökonomen. Und zwar, weil die Wirtschaft ja nicht einfach nur Waren oder Dienstleistungen produziert, sondern im Endeffekt die Menschen zufrieden machen soll.

### Sie arbeiten bereits einige Jahre übers Pensionsalter hinaus ... Ist Arbeit für Sie eine Glücksquelle?

**Frey:** Allerdings. Forschen und an der Uni lehren zu dürfen, empfinde ich als Privileg. Ich habe sehr gute Mitarbeiter, mit denen ich viel Kontakt habe. Es macht riesig Freude zu sehen, wie sie sich entwickeln und ihre Wege einschlagen. Das ist enorm befriedigend.

### Wenn man den Terminkalender anschaut, der hier an der Wand hängt, kann man sich sehr glücklich schätzen, einen Moment erwischt zu haben, wo Sie überhaupt im Land sind.

**Frey:** Ja, ich bin international sehr gut vernetzt und werde viel zu Konferenzen eingeladen. Ich habe jetzt noch eine Professur an der englischen University of Warwick erhalten, die mir viel Freude macht.

### Sie haben mehr Bücher und Artikel publiziert, als andere je gelesen haben. Können Sie noch jeden Titel auswendig aufzählen?

**Frey:** Nur mühsam. Ich glaube, es sind 21 Bücher. Artikel habe ich über 500 geschrieben, da könnte ich nur noch übergeordnete Themen nennen.

### Was ist eigentlich das Geheimnis hinter dem Mittel-Initial in Ihrem Namen, dem S? Viele Professoren, vor allem in Amerika, scheinen Wert auf ihren Mittelnamen zu legen.

**Frey:** Als ich am Anfang meiner Karriere in der Wissenschaft stand, gab es einen Bruno Frey an der Universität St. Gallen, der sich genau gleich schrieb wie ich. Ich musste also irgendeine Unterscheidung finden. Ich überlegte einfach, was gut zusammenklang mit meinem Vor- und Nachnamen. So kam ich dann auf das S. Es trägt keinerlei Bedeutung.

### Haben Sie noch einen Wunsch fürs neue Jahr, oder sind Sie wunschlos glücklich?

**Frey:** Doch, ich wünsche mir, in der Forschung schneller und besser voranzukommen. Das ist immer ein harter Kampf, denn manche Ergebnisse sind nicht ganz so, wie man sich das erträumt.

### Auf solche Fragen erwartet man eigentlich Antworten wie «eine Weltreise» oder «ein Ferienhaus an der Côte d'Azur» ...

**Frey:** Nun, ich bin schon viel auf der Welt herumgekommen, war auch in Australien und Südamerika. Das ist alles wunderbar, aber es ist nicht das, was einen längerfristig erfüllt. Sondern ein gutes Leben dort, wo man ist.